



**CAI VILLASANTA** Sez. A.Oggioni

**31 MARZO 1/2/3 APRILE 2022**

**” WEEK END ... di PRIMAVERA ”**  
**in VAL GARDENA – BZ**



**“ San Pietro in LAION, porta sulle DOLOMITI ”**



**Il pittoresco paesino di Laion sorge su un soleggiato altopiano con vista meravigliosa sulle Dolomiti, all'imbocco della Val Gardena. Qui la natura offre colori unici e indimenticabili: il bianco dei ciliegi in primavera e il verde dei prati estivi invitano a passeggiate ed escursioni a piedi e in mountain bike, il giallo dorato dell'autunno fa da cornice al Törggelen (tradizionale festa con degustazione di vino novello e castagne), e il candido splendore invernale accompagna gli appassionati di sci di fondo, ciaspole e slittino, mentre i discesisti possono divertirsi nei vicini comprensori ..... in un ambiente di incomparabile straordinaria bellezza ..... le DOLOMITI!**

**«Sono pietre o sono nuvole? Sono vere oppure è un sogno?»**

**Dino Buzzati**

## **PROGRAMMA :**

### **Giovedì 30 Marzo**

**ore 6.00 :** Partenza da Villasanta – **RITROVO PARCHEGGIO Piazzale N.Zena Carnicelli A LATO CASA DI RIPOSO San Clemente a San Fiorano.**

**ore 8.30 :** sosta colazione

**ore 11.00 :** arrivo a **SAN PIETRO in LAION** presso l' **HOTEL ÜBERBACHER\*\*\***  
sistemazione camere ( pranzo libero )

**ore 13.30 :** partenza per ESCURSIONE e/o altro ...

**ore 17.30 :** rientro in hotel

**ore 19.30 :** cena

### **Venerdì 1 Aprile**

**ore 7.30 :** colazione

**ore 8.15 :** partenza per ESCURSIONE e/o altro ... (pranzo al sacco o al rifugio aperto!)

**ore 17.30 :** rientro in hotel

**ore 19.30 :** cena

### **Sabato 2 Aprile**

**ore 7.30 :** colazione

**ore 8.15 :** partenza per ESCURSIONE e/o altro ... (pranzo al sacco o al rifugio aperto!)

**ore 17.30 :** rientro in hotel

**ore 19.30 :** cena

### **Domenica 3 Aprile**

**ore 7.30 :** colazione

**ore 8.15 :** partenza per ESCURSIONE e/o altro ... (pranzo al sacco o al rifugio aperto!)

**ore 16.00 :** partenza per rientro a Villasanta

## **ALL'ATTENZIONE DEI PARTECIPANTI:**

-Iscrizione valida con versamento ACCONTO di 100.00 euro, il saldo entro Venerdì 18 Marzo 2022, la QUOTA prevista è di 300.00 euro ( trasporto in autobus + mezza pensione in hotel – escluse bevande ).

-In caso di rinuncia prima del SALDO (18 MARZO 2022) verrà trattenuta la quota dell'acconto, se non ci sarà un sostituto. In caso di rinuncia dopo il 18 MARZO verrà comunque trattenuta la quota dell'acconto.

-Il programma verrà ANNULLATO o RINVIATO in ottemperanza a eventuali nuove disposizioni e normative legate al COVID-19.

**-Il programma potrebbe subire delle variazioni a seconda delle condizioni meteo.**

**-Il programma potrebbe subire delle variazioni, anche per nostra decisione "comune" di cambiare le escursioni, se il tempo a disposizione non ci permette di svolgerle nella tempistica decisa o per altri motivi.**

-Per chi non partecipa alle escursioni è libero di gestire le proprie uscite, considerando che comunque si è parte di un gruppo e quindi attenersi agli orari di colazione e cena.

-Si consiglia di portare tutta l'attrezzatura per l'escursionismo invernale zaino, giacca vento, berretto, guanti, scarponi invernali, occhiali da sole, bastoncini, crema solare, termos o altro, macchina fotografica, ghette, ciaspole e ramponi.

**-I partecipanti si impegnano a rispettare le norme di igiene e di distanziamento secondo quanto disposto dalle autorità competenti.**

**- Per aderire all'iniziativa il Socio deve essere in possesso di GREEN PASS RAFFORZATO, MASCHERINA, GEL IGENIZZANTE.**

- Al momento dell'iscrizione segnalare eventuali esigenze alimentari o allergie ( intolleranza al lattosio, celiachia, vegetariano o vegano.....).

-Documento d' identità e Tessera CAI

**Responsabili accompagnatori : ENRICO Cell. 3294107745 FRANCA Cell. 3203827074**

**Collaboratori:** Franca, Enrico, Edgardo, Renato, Sergio.

## BENVENUTI ALL'HOTEL ÜBERBACHER\*\*\*

Il nostro albergo a conduzione familiare si trova a 1210mt. nel piccolo paese S. Pietro/Laion, in Val Gardena. Situato in zona soleggiata, tranquilla e centrale in mezzo al verde, il nostro albergo approfitta della vicinanza alle località turistiche di Ortisei (8 km), Selva Gardena e Castelletto/Alpe di Siusi. Passate giornate indimenticabili sugli sci, in bici oppure esplorando le Dolomiti per poi farvi viziare al nostro ristorante dove non mancano le prelibatezze regionali. Vi aspettiamo dunque nel nostro ristorante, dove Vi verranno servite specialità tipiche dell'Alto Adige, piatti tipici della cucina italiana e naturalmente anche qualche piatto internazionale e ad ogni piatto va abbinato il vino giusto! Avrete l'imbarazzo della scelta tra tanti vini altoatesini diversi. La ciliegina sulla torta è senza dubbio la vista incantevole sul Sassolungo. Godetevi inoltre un po' di riposo e relax nel nostro reparto wellness con piscina e sauna oppure trascorrete qualche ora sul nostro terrazzo con giardino, dove il sole di certo non manca. Un ambiente piacevole e un'ottima cucina caratterizzano il nostro albergo. Vi aspettiamo!

**Famiglia Überbacher**

**HOTEL ÜBERBACHER\*\*\*** St. Peter 6 I-39040 Laion - Val Gardena  
**Tel. 0471 655639** [www.ueberbacher.com](http://www.ueberbacher.com) [info@ueberbacher.com](mailto:info@ueberbacher.com)



## NEL CUORE DELLE DOLOMITI, PATRIMONIO NATURALE MONDIALE dell'UNESCO

Valle ladina situata presso l'imponente gruppo del Sella, è la **VAL GARDENA**, con le tre località di Ortisei, Santa Cristina e Selva di Val Gardena, è lunga 25 chilometri. Premiata ogni inverno con riconoscimenti e citazioni nazionali ed internazionali, è un punto fermo per chi ricerca la qualità su tutti i livelli, eventi internazionali e bellezze paesaggistiche. È forse la valle più nota tra quelle dolomitiche, racchiusa dal Rasciesa, dalle Odle e Puez e dai due emblemi, il Gruppo del Sassolungo e il Gruppo del Sella: un ambiente naturale mozzafiato, da secoli meta di turismo. È il regno degli sport invernali, il comprensorio della Val Gardena è inserito nel circuito del Dolomiti Superski, punto di ritrovo per l'élite mondiale dello sci. D'estate la Val Gardena si trasforma nel regno di arrampicatori, scalatori ed escursionisti richiamati dai dolci pendii e dalle selvagge pareti rocciose tutelate dal **Parco Naturale Puez - Odle** da sempre meta di grandi alpinisti. La Val Gardena offre molto anche da un punto di vista della cultura, dell'arte, del gusto, dello shopping e del benessere. Soggiornare qui significa entrare in un mondo fatto di tradizioni radicate, costumi tipici e raffinato artigianato artistico: è infatti la valle degli scultori di legno. In Val Gardena si parla il ladino, una lingua più antica dell'italiano e ancora oggi insegnata nelle scuole della Val Gardena. Naturalmente, la gente del posto parla anche italiano e tedesco.

**LAION** si trova a 1.100mt., sopra il punto di congiunzione tra la Valle Isarco e la Val Gardena, è un grazioso centro abitato situato su una soleggiata collina tra vigneti e malghe. Laion è un comune della Valle Isarco, situato all'ingresso della Val Gardena, il comune comprende il paese di Laion, con le frazioni di Albions, Fraina, Novale di Laion, Tanurza, **S. Pietro**, Ceves. Il territorio comunale si sviluppa fino sul Rasciesa, il monte di casa di Laion. Si presume che, già verso l'età della pietra, nell'area attorno a Laion ci fossero degli insediamenti umani, infatti sul M.Rasciesa sono state rinvenute testimonianze archeologiche risalenti a quell'epoca. Consigliamo una visita alla chiesa parrocchiale dedicata ai SS. Stefano e Lorenzo risalente al 19 secolo. Dell'originaria chiesa in stile barocco, risalente al 1200 ca., è rimasto il campanile al quale nel 1715 è stata aggiunta una cupola barocca a bulbo, definita da alcuni "duomo sul monte" per le sue enormi dimensioni rispetto al paese, la chiesa sorge su uno sperone roccioso ai margini del paese. Nelle vicinanze si trova la pittoresca chiesa gotica dedicata alla Vergine Maria edificata nel 12 secolo e a pochi passi dalla chiesa c'è la piazza del paese, che con i suoi numerosi localini invita ad una sosta. Laion si trova in una posizione strategica per chi vuole trascorrere una vacanza in Alto Adige, da questa località si può raggiungere sia Ortisei, il centro principale della Val Gardena, sia Chiusa in Valle Isarco.

**SAN PIETRO in Laion** si trova a 1210mt. sopra la strada che collega Chiusa ad Ortisei. Con i suoi 400 abitanti, San Pietro è la frazione più grande del comune di Laion. Senza dubbio l'edificio più rappresentativo di San Pietro è la sua chiesa. L'edificio sacro, dedicato a San Pietro, con la cupola rossa a bulbo del campanile e con i suoi altari in stile barocco, merita una visita. La chiesa fu eretta nel 1241, ma dell'originale struttura romanica, oggi, non restano tracce. All'interno saltano subito all'occhio i grandi dipinti sul soffitto realizzati nel 1845 da Josef Arnold. Sopra il paese si trova l'alpeggio di Rasciesa, che si estende su una superficie di ca. 970 ettari. Numerosi sono i sentieri che vi portano, attraverso questo stupendo paesaggio naturale. Nei pressi di San Pietro passa anche l'antico sentiero della posta, che porta fino a Ortisei, in Val Gardena.



## **ITINERARI :**

### **SAN PIETRO in LAION 1210mt.- Malga RAMITZLER Schwaige 1815mt.**

**Itinerario:** San Pietro in Laion 1210mt.- Ramitzl 1348mt. – Pineia 1437mt. – Fontanaccia 1456mt.- incrocio sentiero n°35 - Malga RAMITZLER Schwaige 1815mt.- ( Nuflatsch ) Nuvolaccio 1447mt. - San Pietro in Laion 1210mt.

**Dislivello:** +600mt. **Segnaletica:** presente

**Lunghezza:** 12 km circa - Su cartina itinerario [viola](#)

**Durata:** 4.00 ore (escluse soste varie)

**Difficoltà:** E-Escursionistico, facile

**Note:** Gestione familiare, cucina di casa, piatti semplici tipici della zona, ma purtroppo in questo periodo la malga è chiusa. La denominazione "Ramitzler Schwaige" si compone dal nome del maso "Ramitzl" che si trova a San Pietro/Laion e il nome "Schwaige" che è un concetto alpino che significa "pascoli montani con malga dove si lavora il latte".



Posta su di un piccolo pianoro digradante verso la Val Gardena questa piccola malga è meta ideale per una escursione tranquilla, un luogo di pace assoluta, fuori dai sentieri più battuti. L'escursione parte da poco sopra la chiesa parrocchiale di San Pietro in Laion. In una curva a destra inizia il sentiero forestale – mulattiera segnalata n°35 sul quale proseguiamo verso la Malga Ramitzler Schwaige. Sempre in lieve salita attraversiamo il bosco ombreggiante che ripetutamente dà una splendida vista sullo Sciliar, sul Gruppo del Sassolungo, la Val Gardena, la Valle Isarco e l'altipiano del Rasciesa nel Gruppo delle Odle. Dopo circa 2 ore di cammino giungiamo alla Malga Ramitzler Schwaige 1.815mt, una malga in stile tipicamente sudtirolese dove si respira una vera e propria aria di maso alpino. Dopo una breve sosta alla malga proseguiamo su sentiero n°35 fino a (Nuflatsch) Nuvolaccio 1447mt. e poi in discesa su mulattiera ritorniamo in hotel.

### **ORTISEI - Rifugio RASCIESA – Monte RASCIESA 2281mt.**

Il Rifugio Rasciesa ( in tedesco Raschötzhütte ) è un rifugio dolomitico che si trova a 2.170mt. nel gruppo delle Odle, all'interno del parco naturale Puez-Odle, nel comune di Ortisei. La sua posizione è una tra le migliori per ammirare pittoresche cime montuose a perdita d'occhio: dal Gruppo del Sella, alla Marmolada, il Gruppo del Sassolungo, l'Alpe di Siusi, lo Sciliar, le Odle, al Gruppo dell'Ortles, alla Zillertal e alle Alpi Venoste.

**Itinerario di salita:** Ortisei 1265mt.- Vico di Sopra 1461mt.- Rifugio Rasciesa 2170mt.- Monte Rasciesa di Fuori 2281mt.

**Per l'itinerario di discesa due sono le possibilità :**

**1.** Ritorno per il sentiero di salita. Su cartina itinerario [rosa](#)

**2.** Dal Rifugio Rasciesa 2170mt. – Malga Saltner Cason 2111mt.- Passo di Bredles 2119mt.- incrocio per Col Ciarnacei 1791mt. - Vico di Sopra 1461mt.- Ortisei 1265mt. Su cartina itinerario [azzurro](#)

**3.** Se ancora percorribile ( presenza di neve ) discesa per la favolosa pista per slittino Raschötz, lunga 6 km ( in estate strada forestale, vecchia mulattiera).

**Dislivello:** 1000mt. al Monte Rasciesa di Fuori **Segnaletica:** presente

**Lunghezza:** 7km circa al Monte Rasciesa di Fuori

**Durata:** 3.30 ore (fino al M.Rasciesa escluse soste varie) - intera giornata per tutto il giro.

**Difficoltà:** EAI(Escursionistico Ambiente Innevato) – Escursionistico, medio alto.

**Note:** - Pranzo al sacco o al Rifugio Rasciesa se aperto!! Il Rifugio Rasciesa 2170mt., luogo storico della Val Gardena, è stato riaperto a fine 2010 dopo la sua ricostruzione secondo le più moderne tecniche ambientali. Per chi non intende fare l'itinerario a piedi, possibilità di salita con funicolare ( se aperta! ) da Ortisei a Rasciesa, dall'arrivo della funicolare si raggiunge in 30 minuti circa al Rifugio Rasciesa, i primi 100mt. sono in salita poi la stradina è in piana e si gode di un panorama favoloso sulle Dolomiti. - Dopo una sosta al rifugio si può continuare sul sentiero e giungere alla piccola bianca Cappella di Santa Croce del Rasciesa, costruita nel 1755 e nell'estate 2012 restaurata. - Proseguendo lungo il costone, circa 100 metri più in alto, si giunge alla croce della vetta del Monte Rasciesa di Fuori 2281mt. La cappella qualche volta è aperta e qualche volta no, ma la sua bellezza e la sua poesia stanno nel colpo d'occhio che dà dall'esterno, tutta bianca, piccola e bella, assolutamente da vedere!



Dal centro del paese di Ortisei seguiamo le indicazioni per Rasciesa e Funes, incamminandoci su strada asfaltata, in notevole pendenza. Ignorata la prima deviazione per Rasciesa proseguiamo dritti fino a incontrare sulla sinistra il segnavia n°9. Il sentiero prosegue nel bosco fino al termine della strada asfaltata, per poi diventare sterrata. Durante la salita attraversiamo più volte la funicolare che sale al rifugio e incrociamo diversi bivi ben segnalati ma continuiamo a salire seguendo sempre le indicazioni per Rifugio Rasciesa, incrociamo anche il sentiero n°10 che sale sempre da Ortisei. Davanti a noi, dopo circa due ore di cammino si intravede il rifugio, il sentiero continua a salire, il bosco si dirada e lascia spazio agli alpeggi (innevati?) e davanti a noi il panorama si apre su tutti i gruppi dolomitici che ci circondano. Giunti al rifugio Rasciesa 2170mt. il sentiero piega a destra in direzione dell'enorme Crocefisso (Eur dl Cristi), sul M. Rasciesa di Fuori 2281mt., vetta più alta del Rasciesa, da cui possiamo godere di un meraviglioso panorama a 360° che spazia anche sulla Valle dell'Adige, sulla Val di Funes e sulla Alpi del Similaun.

Il Cristo del Resciesa (cristo altezza 3mt. - croce altezza 7mt.) è stato realizzato dal fondatore della ditta BEJO S.N.C. Bernardi Josef in legno di cirmolo montano in 6 mesi di duro lavoro. Dal Rifugio Rasciesa raggiungiamo Malga Cason 2111mt. e in salita, seguendo il sentiero n°35 attraversiamo un bosco di pino cembro e i versanti innevati (?) del Rasciesa di Dentro fino al Passo di Bredles 2119mt., da qui possiamo vedere la Malga Brogles sotto le maestose cime delle Odle. Lasciamo il sentiero n°35 e in discesa seguiamo il sentiero n°5 fino a Col Ciarnacei 1791mt. Dal colle su comoda mulattiera passando per Vico di Sopra 1461mt. rientriamo a Ortisei dove ci attende l'autobus per tornare in hotel.



**C  
R  
I  
S  
T  
O  
D  
E  
L  
R  
E  
S  
C  
I  
E  
S  
A**



**CHIESA DI SAN GIACOMO** La chiesa più antica della Val Gardena si trova poco sopra Ortisei ed è raggiungibile solo a piedi in circa un'ora di cammino. Pittoresca e suggestiva la Chiesa di San Giacomo 1565mt. sorge sull'antico sentiero di alta montagna "Trois Païan" che un tempo collegava Venezia con la Valle Isarco passando per i passi dolomitici e attraversando la Val Gardena. La datazione è incerta, sebbene taluni storici la collochino al 1181. Era stata eretta nel 1283, quando venne citata in una bolla di indulgenza. La chiesa è dedicata a Giacomo di Zebedeo, il Maggiore, apostolo e protettore dei viandanti e dei pellegrini. La chiesa e il cimitero sono circondati da un muro di cinta coperto da un tetto di scandole. La chiesa originale è di stile romanico, dopo interventi di ristrutturazione durante i secoli, oggi si presenta in stile gotico, oggetti in stile gotico e barocco adornano l'interno.

### **SANTA CRISTINA - Monte PIC 2363mt.**

L'escursione al Monte Pic 2363mt. è molto panoramica, sin dalla sua partenza, ci troviamo a nord di Santa Cristina nel cuore della Val Gardena. Sulla cima si trova una panchina, da cui si può sostare e ammirare a 360° tutte le cime circostanti: il massiccio del Sella, il Sasso Lungo e il Sasso Piatto, lo Schiliar, il gruppo delle Odle e lo Stevia. Se proseguiamo verso la Croce di Crujeta 2149mt., vedremo uno splendido panorama su Ortisei.

**Itinerario di salita:** Santa Cristina 1420mt. - Puzè 1611mt. - Runcaudie 1720mt. - baita/rifugio Seurasas 2020mt. - Monte Pic 2363mt. **Segnaletica:** presente

**Per l'itinerario di discesa due sono le possibilità:**

**1.** Monte Pic 2363mt. - Sella Cuca 2153mt. - Rifugio Fermeda 2110mt. - Rif. Gamsblut 1952mt. - Runcaudie 1720mt.- Santa Cristina 1420mt.

**Lunghezza:** 15km circa Su cartina segnata in **viola**

**2.** Monte Pic 2363mt.- baita/rifugio Seurasas 2.020mt.- Costa (lago) Lagustel 1800mt. - Chiesa di San Giacomo 1565mt. - Santa Cristina 1420mt.

**Lunghezza:** 10km circa Su cartina segnata in **arancio**

**Dislivello:** +1000mt. fino al Monte Pic / +600mt. fino alla baita/rifugio Seurasas

**Durata:** 3.30 ore (fino al Monte Pic escluse soste varie) - intera giornata per tutto il giro.

**Difficoltà:** EAI ( Escursionistico Ambiente Innevato ) - Escursionistico, medio alto.

**Note:** - La malga Seurasas in questo periodo è chiusa, si trova in un ampio prato dell'Alpe Seurasas - che in ladino significa "sopra il sasso"- ai piedi del Monte Pic 2363mt.

A conduzione familiare, la vecchia baita è stata costruita nel 1800, serviva da cucinino per le attività di montagna durante l'estate. La nuova baita è stata costruita da Cyrill Runggaldier nel 1996, nel 2009 è stata ristrutturata ed aperta agli ospiti di passaggio.

- Pranzo al sacco. Se sceglieremo l'itinerario1 per il ritorno, possibilità di ristoro o pranzo al Rifugio Fermeda ( costruito nel 1937 e ristrutturato completamente nel 1983) se aperto!



Attraversiamo il centro del paese di Santa Cristina, seguiamo la strada sterrata sv20 passando per Puzè 1611mt. arriva a Runcaudie 1720mt., immersi nel bosco proseguiamo fino ai prati dove si trovano alcune baite. Una di queste è la graziosa baita-rifugio Seurasas, 2.020mt., in bella posizione panoramica di fronte al Sassolungo e al Sassopiatto! Al bivio a quota 2125mt. chi ritiene che il sentiero per arrivare in cima al Monte Pic sia troppo impegnativo, ha la possibilità di svoltare verso ovest lungo il sentiero n°6 e proseguire per circa 500mt., fino alla croce di Sëurasas e poi tornare indietro al bivio. Chi invece avesse ancora abbastanza forza nelle gambe può affrontare gli ultimi 250mt. di dislivello lungo il sentiero n°6 fino alla vetta del Monte Pic e da qui ammirare una vista a 360° unica in Val Gardena. A questo punto decideremo insieme se rientrare dall'itinerario 1, passando dal Rifugio Fermeda 2110mt. o dall'itinerario 2 passando dalla Chiesa di San Giacomo 1565mt. I sentieri che conducono in cima al Monte Pic sono impegnativi ma non troppo lunghi. Quest'area della Val Gardena, inoltre, è molto meno frequentata rispetto ad altre. Una volta raggiunto l'alpe Sëurasas, a circa metà percorso, la valle sottostante risulterà già lontana e il panorama mozzafiato ci farà dimenticare in fretta tutte le fatiche della salita!



### **SELVA DI VAL GARDENA – Rifugio FIRENZE 2037mt.**

Il Rifugio Firenze 2037mt. è stato inaugurato nel 1888 dalla Sez. Alpina di Ratisbona che gli conferì il nome tedesco di „Regensburgerhütte“. Nel 1921, con la fine della Prima Guerra Mondiale, la gestione del rifugio fu affidata al CAI di Firenze, che lo ribattezzò con il nome di “Rifugio Firenze”, uno dei primi rifugi ad essere stati costruiti sulle Alpi. Nel 2010, dopo ben quasi 90 anni in mano al CAI di Firenze, il rifugio fu affidato alla Provincia Autonoma di Bolzano che ne è tutt'ora il proprietario. Un'escursione semplice e su terreno sempre sicuro anche dopo abbondantissime nevicate ..... nel magnifico ambiente naturale del Parco Puez-Odle. L'itinerario non presenta dislivelli particolarmente impegnativi o difficoltà, ci prenderemo tutta la giornata per vivere l'escursione in serena tranquillità.

**Itinerario:** Selva di Val Gardena 1563mt. – Daunei 1687mt. – Rifugio Juac 1873mt. – Baita Sangon 1823mt. – Rifugio Firenze in Cisles 2037mt. e ritorno per lo stesso itinerario.

**Lunghezza:** 8km circa - Su cartina itinerario [blu](#) **Segnaletica:** presente

**Dislivello:** + 500mt.

**Durata:** 2.15 ore (fino al Rifugio Firenze)

**Difficoltà:** EAI ( Escursionistico Ambiente Innevato ) – Escursionistico, facile

**Note:** Pranzo al sacco o sulla via del ritorno sosta pranzo al Rifugio Juac ( dal 1800, negli anni 2000 fu completamente ristrutturato ) da confermare apertura e disponibilità.



Dal paese Selva di Val Gardena ci incamminiamo verso la località Daunëi 1687mt., si prende a salire seguendo appunto le indicazioni del sentiero estivo n°3, si transita accanto ad un incantevole pendio punteggiato di baite, in circa 40 minuti di leggera salita raggiungiamo il Rifugio Juac 1873mt., aperto anche nella stagione invernale, dove ci concediamo una piacevole sosta. Sfiolata baita Sangon 1823mt., la traccia perde qualche metro e si innesta sulla forestale che da Santa Cristina si dirige verso il Rifugio Firenze. Il sentiero n°3 prosegue tra radure innevate e tratti disseminati di pini cembri e larici. Si procede verso nord, accanto al gruppo Stevia. Quando mancano pochi minuti alla meta si apre una spettacolare radura dominata dal profilo affilato delle Odle. Ancora un piccolo sforzo, un paio di tornanti e si raggiunge la panoramica "terrazza" del Rifugio Firenze 2037mt. Il Rifugio Firenze si trova sui dolci declivi dell'alpe Cisles, al centro di un anfiteatro naturale con pochi eguali al mondo. A poche centinaia di metri (in linea d'aria) dal caos degli impianti sciistici del Col Raiser, è la quiete a regnare sovrana tra i boschi ed i prati innevati che fanno da contorno al rifugio. Anche se il rifugio d'inverno è chiuso, vale lo stesso la pena di raggiungerlo per la vista sulle Dolomiti occidentali, che abbraccia Sassolungo, Sciliar, Stevia e Odle. Il ritorno si svolge ripercorrendo la strada fatta all'andata con sosta al Rifugio Juac per il pranzo al sacco o in rifugio su prenotazione se aperto.



## **SANTA CRISTINA – Monte Pana – PIZ DA URIDL 2101mt.**

Il Piz Uridl si trova nei territori del Cunfin - un luogo isolato e distanziato da ogni tipo di infrastruttura - un'area circondata da natura incontaminata situata tra il Sassolungo e M. Pana e con una superba vista sulle ondulate distese bianche o prative dell'Alpe di Siusi.

**Itinerario:** Monte Pana 1650mt. - Saltria 1706mt. - Rifugio Zallinger 2061mt. - Piz Da Uridl 2101mt. - Monte Pana 1650mt. **Segnaletica:** presente

**Per l'itinerario di discesa due sono le possibilità:**

**1.** Ritornare e noleggiare una slitta al Rifugio Zallinger e slittare giù per la pista fatta apposta fino alla Rifugio Tirler 1741mt. Le slitte possono essere comodamente consegnate lì. Dalla baita si raggiunge la fermata del bus. Attenzione: L'ultima corsa del bus da Saltria a Monte Pana parte alle 16.50 ? Su cartina itinerario **giallo** **2.** Ripercorrere il sentiero di salita e prima del rifugio prendere la mulattiera sulla destra sentiero n°7 fino a incrociare la strada percorsa dal bus e ritornare a piedi fino a M. Pana. Su cartina itinerario **rosso**

**Lunghezza:** 17km circa (senza bus) - 12km circa (con bus andata fino a Saltria)

**Dislivello:** + 700mt.

**Durata:** 6.00 ore ( escluse soste )

**Difficoltà:** EAI( Escursionistico Ambiente Innevato ) - Escursionistico, facile

**Note:** Pranzo al sacco o al rifugio Zallinger ( dal 1854, negli anni '90 viene completamente ristrutturato). - Per accorciare l'escursione di circa mezz'ora si può ricorrere al bus da Monte Pana e conduce a Saltria (Corsa sing. 3,50 €, A/R 6,00 € da confermare).



Nelle vicinanze della fermata parte un sentiero invernale n°7A che svolta a sinistra. Lo si segue in leggera salita per appena 200 metri prima di lasciarlo. Da qui il Piz Uridl è già facilmente riconoscibile: il ripido lato nord di questa montagna lo contraddistingue. Questo faciliterà l'orientamento durante il proseguimento della ciaspolata. Si lascia dunque il sentiero alla propria sinistra e si prosegue lungo la distesa di neve in direzione del bosco. Il resto della salita prosegue accanto all'orlo della montagna. Consigliamo di seguire il sentiero che si trova più avanti - esso non si inoltra mai nel bosco, ma prosegue sempre al suo limitare. Ciò permette di ammirare il favoloso paesaggio invernale circostante, composto da alberi innevati, praterie bianche e una vista dell'intero gruppo del Sassolungo. L'ultimo tratto della ciaspolata è ripido e impegnativo, ma una volta arrivati in cima la fatica è presto dimenticata. Durante il percorso si può ammirare tutta l'Alpe di Siusi, il più vasto altipiano d'Europa. È un continuo sali e scendi, ma i dislivelli non sono eccessivi. Raggiunto il Rifugio Zallinger 2061mt. che si trova sotto il Sassopiatto ci si può riscaldare e mangiare qualcosa prima di intraprendere la salita al Piz Da Uridl 2102mt.

## **SELVA DI VAL GARDENA – VALLUNGA – PRA DA RI**

La Vallunga, un profondo solco vallivo a U, si estende per svariati km abbastanza in piano, ma presenta dei fianchi che digradano scoscesi dagli altipiani di Crespèina e del Puez. Data la favorevole conformazione del terreno in valle si snodano molte piste di fondo e anche un percorso dedicato alle ciaspole (con segnavia) fino alla fine della valle stessa (Plan da la Ciajeies). Camminiamo nel Parco Naturale Puez – Odle, immersi in uno scenario da sogno. Il tutto arricchito da “gemme” come la rovina di Castel Wolkenstein, la Cappella di S. Silvestro e parte della Via Crucis con stazioni scolpite a mano nel legno degli alberi. In inverno la Vallunga è il paradiso degli amanti (oltre che delle ciaspole) dello sci di fondo: sono infatti preparati diversi anelli, da quello per principianti sino ad arrivare ai più impegnativi, omologati anche per le gare internazionali (Attenzione a non calpestare le varie piste di fondo). Su cartina itinerario [blu](#)

**Itinerario:** Selva di Val Gardena 1500mt.- La Ciajota 1615mt.- Cappella di S.Silvestro 1632mt.- Pra Da Ri 1799mt. – Plan da la Ciajeies - Bivio Sent. Rif.Puez 2000mt.

**Dislivello:** + 500mt. circa **Segnaletica:** presente

**Lunghezza:** 14 km A/R circa

**Durata:** 5.00 ore (escluse soste varie)

**Difficoltà:** EAI(Escursionistico Ambiente Innevato) – Escursinistico, Facile



Dal centro di Selva lungo una stradina giungiamo sino al Ristoro la Ciajota, indossiamo le ciaspole (?) e ci incamminiamo sul sentiero n°14, già potremo ammirare il vasto pianoro dove, in fondo, spunta l’inconfondibile sagoma della deliziosa cappella di San Silvestro 1632mt. (la cappella dedicata al patrono del bestiame è un luogo di silenzio e raccoglimento. I restauri del 1993 hanno portato alla luce degli affreschi raffiguranti la vita di Gesù risalenti a 300 anni fa.), tutt’intorno il bianco paesaggio infonde un senso di serenità e tranquillità, una pace davvero irreali, alte montagne precipitano le loro scoscese pareti: alla nostra sinistra, in mezzo ad una spaccatura, si può ancora notare la traccia lasciata dalla via ferrata Sandro Pertini (demolita nel 2014) che, con un’ascesa verticale, consentiva l’accesso rapido al Rifugio Stevia 2340mt., posto in panoramiciissima posizione a guardia di tutta la Val Gardena. Attraverso un bosco di alberi ad alto fusto, composto soprattutto da larici e cembri, prendiamo lentamente la quota. Lungo il sentiero, panchine e tavoli ci invitano a concederci una sosta per ammirare il meraviglioso panorama. Lentamente, la valle si restringe; la vegetazione è ora caratterizzata da boschi di pini mughi. Dopo aver raggiunto i pascoli, la valle si apre nuovamente, accompagnandoci al margine di ripide pareti a strapiombo. Proseguiamo quindi in mezzo all’immacolato paesaggio sentendo solo il rumore dei nostri piedi che affondano nella neve(?). Non esiste un punto d’arrivo, a meno che non vogliamo giungere

sino al Rifugio Puez 2475mt. ( dal 1889, inaugurazione nuovo rifugio nel 1982) , splendido avamposto sull'omonimo altopiano. Continuando verso il limitare della valle, pian piano la visuale sul Ciamp Sciblota e sul Ciastel de Chedul ci abbandoneranno per lasciare spazio al Col Turont 2419mt. in mezzo a tanta meraviglia non ci accorgeremo nemmeno del tempo che passa (e della strada percorsa). Durante i giorni più brevi (dicembre e gennaio) il sole fatica ad illuminare la Vallunga per cui l'ideale è recarvisi nelle ore centrali (per non trovarsi completamente in ombra). Ritorno lungo il medesimo percorso dell'andata.



**“Allo svanire dei maestosi larici  
il sentiero s’impenna  
sale ardito  
s’insinua nel ventre di pietra  
fende spuntoni rocciosi  
muore ai fianchi della giogaia.  
Dal basso e vago orizzonte  
tra cirri feriti  
spuntano i primi bagliori del sole nascente.  
Rosseggiano le cime di dolomia  
percosse dagli strali .....”**

**Livio Di Patre – DOLOMITI**

Si precisa che la sintesi delle escursioni proposte e descritte in questa pubblicazione servono al solo inquadramento sommario delle uscite. Il programma potrebbe subire delle variazioni a seconda delle condizioni meteo. Il programma potrebbe subire delle variazioni, anche per nostra decisione “comune” di cambiare le escursioni, se il tempo a disposizione non ci permette di svolgerle nella tempistica decisa o per altri motivi ..... GRAZIE PER L’ATTENZIONE!